

睡眠改善をサポートするシステム

システム画面「睡眠状態の可視化」

睡眠時間：

- 睡眠に関する時刻情報、代謝データを表示
- 円グラフは就床時間と睡眠時間の割合(睡眠指数)を表示



睡眠可視化グラフ：(グラフ上段) 体の向き、(グラフ下段) 動きの強度と睡眠状態、中途覚醒を表示